

**CFN-01**

June - Examination 2016

**Certificate in Food and Nutrition Examination****You and Your Food**

आप और आपका भोजन

**Paper - CFN-01****Time : 3 Hours ]****[ Max. Marks :- 100**

**निर्देश :** प्रश्न पत्र अ, ब और स तीन खण्डों में विभाजित है। प्रत्येक खण्ड में दिए निर्देशों का पालन करें।

**खण्ड - 'अ'****10 × 2 = 20**

(अति लघु उत्तरीय प्रश्न)

**निर्देश :** सभी दस प्रश्न करने अनिवार्य हैं। प्रत्येक उत्तर की अधिकतम सीमा 30 शब्द होगी। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 1) (i) भोजन क्या है?
- (ii) भोजन में कम मात्रा में पाये जाने वाले पोषक तत्व कौनसे हैं?
- (iii) खाद्यपदार्थों के वर्गीकरण का आधार बताइये?
- (iv) मिश्रित खाद्य पदार्थों के प्रयोग करने वाले व्यंजनों के नाम बताइये।
- (v) भोजन को स्वादिष्ट बनाने के लिये प्रयोग में लिये जानेवाले मसालों के नाम बताइये।

- (vi) प्रोटीन व ऊर्जा कुपोषण से होने वाले रोगों के नाम बताइये।  
 (vii) खनिज लवण का वर्गीकरण बताइये।  
 (viii) पेय पदार्थों के कार्य बताइये।  
 (ix) अंडे से बनने वाले पाँच व्यंजनों के नाम बताइये।  
 (x) खमीरीकरण से आप क्या समझती है?

(खण्ड - ब)

4 × 10 = 40

(लघु उत्तरीय प्रश्न)

**निर्देश :** किन्ही चार प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 200 शब्दों में दीजिये। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 2) भोजन के कार्यों को समझाइये।
- 3) भोजन खराब होने के कारण बताइये।
- 4) प्रोटीन के कार्य लिखिये।
- 5) नष्ट होने वाले व अंशत नष्ट होने वाले भोज्य पदार्थों के संरक्षण की विधियाँ बताइये।
- 6) नियमित भोजन में फलों के विभिन्न उपयोग बताइये।
- 7) सुविधाजनक भोज्य पदार्थों के उपयोग लाने के लाभ व हानि लिखिये।
- 8) शरीर में जल के कार्य लिखिये।
- 9) विटामिन B व D के कार्य लिखिये।

(दीर्घ उत्तरीय प्रश्न)

**निर्देश :** किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर अधिकतम 500 शब्दों में दीजिये। सभी प्रश्नों के अंक समान हैं।

- 10) अंडे को पकाने के सिद्धान्त लिखिये तथा इससे तैयार होने वाले विभिन्न व्यंजनों एवं उनके पोषण मूल्य के बारे में बताइये।
- 11) भोजन, पानी, बर्तनों एवं भोजन बनाने तथा परोसने की अस्वच्छ विधियों से होने वाली बीमारियों को रोकने के लिये आप क्या सावधानियाँ रखेगी?
- 12) शाकाहारी एवं मांसाहारी भोजन की विवेचना कीजिये तथा इनकी पौष्टिकता के बारे में बताइये।
- 13) भोजन पकाने से पूर्व खाद्य पदार्थों की तैयारी की विभिन्न विधियों के बारे में विस्तार से बताइये।

—————